



**FACULDADE UNIÃO DE GOYAZES
CURSO DE FARMÁCIA**

**BENEFÍCIOS DA ISOFLAVONAS DE SOJA NA MENOPAUSA: Uma
Revisão de Literatura**

**Christian Soares da Silva
Kamilla Souza Nunes**

Orientador: Prof. Me. Gláucio Freitas de Oliveira e Silva.

Trindade - GO
2018

**FACULDADE UNIÃO DE GOYAZES
CURSO DE FARMÁCIA**

**BENEFÍCIOS DA ISOFLAVONAS DE SOJA NA MENOPAUSA: Uma
Revisão de Literatura**

**Christian Soares da Silva
Kamilla Souza Nunes**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado à Faculdade União de
Goyazes como requisito à obtenção do
título de Bacharel em Farmácia.

Orientador: Prof. Me. Gláucio Freitas de Oliveira e Silva.

Trindade - GO
2018

Christian Soares da Silva

Kamilla Souza Nunes

**BENEFÍCIOS DA ISOFLAVONAS DE SOJA NA MENOPAUSA: Uma
Revisão de Literatura**

Trabalho de Conclusão de Curso
apresentado à Faculdade União de
Goyazes como requisito parcial à obtenção
do título de Bacharel em Farmácia,
aprovada pela seguinte banca
examinadora:

Orientador: Me. Gláucio Freitas de Oliveira e Silva (Orientador)
Faculdade União de Goyazes

Prof. Me. Bibiana Arantes Moraes (Examinador Interno)
Faculdade União de Goyazes

Prof. Maria Gabriela Ribeiro (Examinador Externo)
Farmacêutica Hospitalar, Hospital de Santa Bárbara - Goiás

Prof. Me. Valdemar Meira de Oliveira (Suplente)
Faculdade União de Goyazes

Trindade – GO

2018

AGRADECIMENTOS

Primeiramente agradecemos a Deus, que nos concedeu, a cada dia, uma página de vida no livro do tempo e nos deu a oportunidade e o privilégio de compartilhar tamanha experiência, podendo, assim, concretizar nossos sonhos.

A nosso professor e orientador Me. Gláucio Freitas de Oliveira e Silva, por seu apoio e inspiração no amadurecimento dos nossos conhecimentos e conceitos, que nos levou a execução e conclusão deste trabalho.

A todos os professores da Faculdade União de Goyazes que ao decorrer desses anos contribuíram decisivamente para a nossa formação acadêmica, profissional e pessoal.

Aos colegas de classe, pela espontaneidade e alegria na troca de informações e materiais, numa demonstração de amizade e solidariedade.

BENEFÍCIOS DA ISOFLAVONAS DE SOJA NA MENOPAUSA: Uma Revisão de Literatura

Christian Soares da Silva¹
Kamilla Souza Nunes¹
Gláucio Freitas de Oliveira e Silva²

RESUMO

A menopausa vem afetando mulheres com menos de 40 anos de idade, correndo o risco de morte prematura, doenças neurológicas, disfunção psicosexual, distúrbios do humor, osteoporose, doença cardíaca isquêmica e infertilidade. A ação estrogênica e antiestrogênica de algumas substâncias derivadas de plantas é conhecida há algumas décadas e, por esta razão, são denominadas de fitoestrogênios. As isoflavonas são fitoestrógenos estando vastamente disseminados no reino vegetal. Suas maiores concentrações encontra-se em leguminosas, especialmente na soja, sendo preventiva benéfica na menopausa. O objetivo deste estudo é verificar por meio de uma revisão bibliográfica os benefícios da isoflavonas de soja na menopausa. O presente estudo se constitui de um estudo exploratório e descritivo realizado por meio de uma revisão da literatura. Os dados foram coletados através de buscas em bases de dados virtuais em saúde, na Biblioteca Virtual de Saúde – BVS. As isoflavonas trazem benefícios à mulheres na menopausa, existindo assim uma grande aceitabilidade por parte das mesma, passando a ser uma escolha terapêutica de reposição hormonal. As isoflavonas poderá, no entanto, beneficiar pacientes que decidem não usar estrógenos ou que apresentam efeitos colaterais pelo uso destes hormônios, para as quais mesmo o alívio parcial pode ser suficiente. A isoflavona, na dose de 100 mg/dia, pode ser utilizada como alternativa para atenuar os sintomas climatéricos. Além disso, a isoflavona constitui alternativa para atenuar os sintomas climatéricos de pacientes com risco maior de desenvolverem câncer ginecológico e para as que possuem contraindicação para o uso de estrogênio. O consumo das isoflavonas, trazem muitos benefícios a saúde da mulher, pois previne contra doenças metabólicas, menopausa precoce. Portanto, seu consumo é importante pelo fato das isoflavonas derivar da soja, contendo elevada quantidade de proteínas, fibras e fitoesteroides. Assim sendo, o uso de isoflavona é considerada uma terapêutica eficaz para o alívio dos sintomas climatéricos, apresentando-se uma alternativa para mulheres nesta fase.

Palavras-chave: Saúde. Mulher. Alimentos funcionais.

¹ Acadêmicos do Curso de Farmácia da Faculdade União de Goyazes.

² Orientador, Professor Mestre do Curso de Farmácia da Faculdade União de Goyazes e de outras instituições.

BENEFITS OF SOYBEAN ISOFLAVONES IN MENOPAUSA: A Literature Review

Christian Soares da Silva³
Kamilla Souza Nunes¹
Gláucio Freitas de Oliveira e Silva⁴

ABSTRACT

Menopause has been affecting women under 40 years of age, at risk of premature death, neurological diseases, psychosexual dysfunction, mood disorders, osteoporosis, ischemic heart disease and infertility. The estrogenic and antiestrogenic action of some plant-derived substances has been known for some decades, and for this reason they are called phytoestrogens. Isoflavones are phytoestrogens being widely disseminated in the plant kingdom. Its highest concentrations are in legumes, especially in soybeans, being a beneficial preventive in menopause. The objective of this study is to verify by means of a bibliographic review the benefits of soy isoflavones in menopause. The present study consists of an exploratory and descriptive study carried out through a review of the literature. The data were collected through searches in virtual health databases, in the Virtual Health Library - VHL. Isoflavones bring benefits to women in menopause, so there is a great acceptability for them, becoming a therapeutic choice of hormone replacement. Isoflavones may, however, benefit patients who decide not to use estrogens or who have side effects from the use of these hormones, for which even partial relief may be sufficient. Isoflavone at a dose of 100 mg / day can be used as an alternative to attenuate climacteric symptoms. In addition, isoflavone is an alternative to attenuate the climacteric symptoms of patients at greater risk of developing gynecological cancer and those who are contraindicated for the use of estrogen. The consumption of isoflavones, bring many benefits to women's health, as it prevents against metabolic diseases, early menopause. Therefore, its consumption is important because the isoflavones are derived from soy, containing high amounts of proteins, fibers and phytosteroids. Therefore, the use of isoflavone is considered an effective therapy for the relief of climacteric symptoms, presenting an alternative for women at this stage.

Key-words: Health. Woman. Functional food.

³ Acadêmicos do Curso de Farmácia da Faculdade União de Goyazes.

⁴ Orientador, Professor Mestre do Curso de Farmácia da Faculdade União de Goyazes e de outras instituições.

1. INTRODUÇÃO

A menopausa é definida como a cessação da menstruação, que reflete a cessação da ovulação devido à perda de folículos ovarianos, o que, por sua vez, resulta em redução da produção ovárica de estradiol, a forma mais biologicamente ativa de estrogênio, bem como o aumento das concentrações circulantes de Hormônio folículo estimulante (FSH) e diminuição das concentrações de inibina, que inibe a liberação de FSH (FERNANDES, 2013).

A menopausa afeta mulheres com menos de 40 anos de idade, correndo o risco de doenças neurológicas, disfunção psicosexual, distúrbios do humor, osteoporose, doença cardíaca isquêmica e infertilidade (FERNANDES; BARACAT; LIMA, 2014).

É necessário entender que a menopausa é um processo natural na vida das mulheres, que não é uma doença, mas uma fase natural de transição, tem aspectos biológicos envolvidos que exigem algumas modificações na estrutura psicológica da mulher no período em questão. “Não há dúvidas de que a subordinação das reações psicológicas ao declínio orgânico é uma das tarefas mais difíceis da vida de uma mulher” (VALENÇA, et al. 2010, p. 276).

Nas última décadas, por meio de estudos epidemiológicos foi evidenciado que o consumo regular de isoflavonas de soja proporcionam efeitos protetores de doenças crônicas, doenças cardiovasculares, efeitos da menopausa e em alguns tipos de câncer como o de mama e próstata (LAZARY, 2010). As isoflavonas são os maiores componentes fenólicos da soja, sendo encontradas em concentrações que variam de 0,1 a 5mg/g (SILVEIRA et al., 2017).

As isoflavonas segundo Perin e Zanardo (2013), são fitoestrógenos disseminados no reino vegetal, suas maiores concentrações encontra-se em leguminosas, especialmente na soja, sendo preventiva benéfica na menopausa.

A isoflavona apresenta efeito semelhante ao de hormônios humanos, que além de serem importantes na prevenção do câncer de mama, agem na redução de doenças coronárias, benefícios na hipercolesteromia, retarda o aparecimento de arteriosclerose e melhora o desempenho hormonal do organismo (CARVALHO, 2014).

Baena (2015), mostra que as isoflavonas também apresentam propriedades anti-inflamatória e antioxidante flavonoides. Para tanto, é importante o consumo de diversos compostos antioxidantes de fontes vegetais de variadas cores e tonalidades.

Para este autor, até um terço das doenças podem ser evitadas através de uma adequada intervenção alimentar.

Para Mata e colaboradores (2017) as isoflavonas, são um componente de alimento funcional, que fornece funções nutricionais fundamentais, atuando na ação metabólica e exercendo efeitos fisiológicos, contribuindo para o bem-estar da saúde, além de reduzir e prevenir risco de algumas doenças. A isoflavonas desempenha ação estrogênica, que atua na redução de sintomas da menopausa.

A maioria das mulheres possivelmente não quer que a menopausa seja antecipada. Mas, atualmente isso está acontecendo devido à exposição excessiva aos produtos químicos. Deste modo, a escolha do presente tema justifica-se pelo fato de obter melhores conhecimentos sobre os benefícios da isoflavonas na menopausa.

O consumo das isoflavonas presentes na soja para o tratamento dos sintomas relacionados à menopausa não é um consenso, por este motivo, o estudo tem como objetivo fazer uma revisão da literatura com o intuito investigar o real papel da utilização das isoflavonas da soja para tratamento dos sintomas gerados pelo climatério no organismo da mulher. Diante ao tema exposto, o presente estudo tem como objetivo, verificar os benefícios da isoflavonas de soja na menopausa.

2. METODOLOGIA

O presente estudo constitui-se de estudo exploratório e descritivo realizado por meio de uma revisão da literatura. Os dados foram coletados através de buscas em bases de dados virtuais em saúde, na Biblioteca Virtual de Saúde – BVS, Sistema Latino-Americano e do Caribe de informação em Ciências da Saúde, LILACS, *National Library of Medicine* – MEDLINE, Scielo, banco de teses USP e livros. Para a busca foram utilizados os seguintes descritores: Isoflavonas, Menopausa, Alimentos funcionais, Soja.

Os critérios de inclusão estabelecidos foram: artigos originais disponibilizados na íntegra e na forma online, publicados no idioma português no período compreendido entre os anos de 2008 a 2018, além da utilização de livros relacionados ao tema. Foram excluídos artigos publicados antes de 2008 e que não atendiam os objetivos do estudo.

A busca obteve 35 publicações e após a leitura dos resumos, 16 foram excluídos. Para a presente pesquisa foram usadas 19 publicações, dentre estas artigos científicos online, legislações e livros.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foi realizada leitura analítica dos artigos selecionados que possibilitou a organização dos assuntos por ordem de importância, visando a solução do problema pesquisado sobre os benefícios da isoflavonas de soja na menopausa. O quadro abaixo é constituído por 10 artigos (escolhidos por serem mais relevantes e informativos. O restante das publicações usadas, estão no corpo do texto), no qual foram analisados os seguintes itens: título, número de autores, ano de publicação, objetivos, método de pesquisa, e resultados encontrados.

Quadro 01- Resumo dos artigos selecionados.

Artigo/Título	Autores	Ano	Objetivos	Métodos	Resultados
Evidências dos Benefícios do Consumo das Isoflavonas da Soja na Saúde da Mulher: Revisão de Literatura.	CARVALHO, H.V.M.	2014	Analisar os benefícios do consumo das isoflavonas da soja para saúde da mulher.	Revisão de literatura.	O aumento do consumo de alimentos funcionais tem sido foco no meio científico. Neste contexto, a soja se destaca, especificamente as isoflavonas nela contidas, com foco na saúde e uma melhor qualidade de vida da mulher.
Isoflavona de soja como alternativa de reposição hormonal na menopausa.	SILVEIRA, D. M. et al.	2017	Abordar as propriedades benéficas proporcionada pelo fitoestrógeno isoflavona de soja na fase de climatério, por reduzir os sintomas desagradáveis e prevenir doenças ocasionados pelo déficit hormonal de estrogênio nas mulheres.	Revisão de literatura.	Os resultados foram favoráveis ao uso de isoflavonas, por ser benéfica principalmente em atenuar os sintomas climatéricos, reduzir os níveis de colesterol e na prevenção de doenças crônicas, proporcionando melhoria à qualidade de vida.
Proteína da soja: Os efeitos do seu consumo sobre os diferentes grupos populacionais. Muito além dos nutrientes: o papel dos fitoquímicos nos alimentos integrais.	PEREIRA, P.G.	2013	Descrever as principais propriedades estrogênicas e funcionais da proteína de soja sobre diferentes grupos populacionais.	Revisão de literatura.	Através deste trabalho foi possível demonstrar o caráter preventivo do consumo das isoflavonas da soja, pois ela reduz os níveis de colesterol total sanguíneo de tal forma que sua indicação é válida para indivíduos.
	BAENA, R. C.,	2015	Mostrar a importância do consumo regular de uma grande variedade de alimentos vegetais com várias tonalidades e colorações.	Revisão de literatura.	A alteração de hábitos alimentares para garantir consumo adequado de frutas, verduras e grãos integrais constitui estratégia eficaz, efetiva, eficiente e segura para diminuir o risco de doenças crônicas, como o câncer de mama.

Quadro 01- Resumo dos artigos selecionados (Continuação).

Artigo/Título	Autores	Ano	Objetivos	Métodos	Resultados
Efeitos do consumo da isoflavona na prevenção do câncer de mama.	LAZARY, V. M. D.	2010	Elaborar uma revisão bibliográfica sobre os efeitos benéficos do consumo da isoflavona na prevenção do câncer de mama.	Revisão Bibliográfica.	Devem ser estimuladas, uma vez que reconhecida a necessidade de esclarecimento sobre os mecanismos de ação das isoflavona bem como das quantidades de ingestão desta substância.
Efeitos das isoflavonas no perfil lipídico de mulheres na menopausa: uma revisão sistemática.	BOLZAN, M.S.; LIBERALI, R.; COUTINHO, V.F.	2011	O objetivo desta revisão sistemática foi demonstrar os efeitos das isoflavonas no perfil lipídico de mulheres na menopausa.	Revisão de literatura.	Esta revisão concluiu que vários estudos demonstram os efeitos benéficos das isoflavonas em relação às doenças cardiovasculares em mulheres na menopausa
Isoflavona: benefícios para mulheres no período da menopausa.	DIAS, B. S.; SANTOS, F. P.	2011	Mostrar os benefícios da Isoflavona para mulheres no período da menopausa.	Revisão de literatura.	A isoflavona pode ser uma escolha terapêutica no período da vida da mulher durante a menopausa, sendo encontrada na soja e em vários outros tipos de frutas, vegetais, grãos, alimentos e legumes.
Influência da isoflavona na qualidade de vida de mulheres no climatério.	PEREIRA, P.; SOUZA, W. A.; SIQUEIRA, V. M. S.; FERREIRA, A. B. C.; BATISTA, E. F.	2014	Verificar se a isoflavona melhora os sintomas do climatério em relação ao grupo controle	Trata-se de um estudo caso controle.	Na comparação entre os grupos, não houve diferença em relação às características sociodemográficas. Também não houve diferença entre o grupo controle e o grupo em uso de isoflavona, quando na análise geral dos sintomas e da qualidade de vida. Mas, na análise individual, a depressão foi a prevalente nos dois grupos e a fadiga e o fogacho foram mais acentuados nas mulheres em uso de isoflavona.
Avaliação dos sintomas climatéricos na mulher em menopausa e pós-menopausa em uso de proteína isolada de soja.	SANCHEZ, T. R.; GOMES, A. B.; LOPES, V. A.; COSTA, L. R. L. G.; MOSCA, L. N	2010	Avaliar a eficácia da suplementação de proteína isolada de soja sobre os sintomas climatéricos	Estudo quase-experimental, prospectivo, longitudinal e quantitativo.	Ao final da investigação concluiu-se que as isoflavonas presentes em 30g/dia de proteína isolada de soja se mostraram eficazes para a amenização dos sintomas climatéricos, principalmente em relação à intensidade destes, que após o tratamento resultou na transição entre sintomas moderados para leves em um contexto geral, induzindo uma melhor qualidade de vida.
Efeitos das isoflavonas de soja sobre os sintomas climatéricos.	SILVA, H. C. S. S.; PRATA, J. N.; REZENDE, L. M. S.	2013	Levantar dados na literatura sobre o uso das isoflavonas da soja para o alívio dos sintomas climatéricos.	Revisão de literatura.	Verifica-se que, como consequência da diminuição do estrogênio após a menopausa, ocorre o aparecimento de sintomas climatéricos, os quais podem ser amenizados e/ou diminuídos com o uso da isoflavona de soja, que interfere positivamente sobre os sintomas climatéricos das mulheres menopausadas, além, de refletir positivamente na qualidade de vida destas pessoas.

3.1 Isoflavonas e suas características

As isoflavonas segundo Silveira et al. (2017), também denominadas isoflavonóides, são compostos químicos fenólicos, que pertencem a classe dos fitoestrógenos e estão vastamente disseminados no reino vegetal. Suas maiores concentrações encontra-se em leguminosas, especialmente na soja, sendo uma alternativa de reposição hormonal na menopausa.

Os fitoestrógenos conforme descrito por Benevides (2014) são substâncias encontradas em grãos, legumes, frutas entre outros, a isoflavona encontra-se em quantidades mais relevantes ao corpo humano na soja. Com relação aos aspectos químicos, os fitoestrógenos podem ser divididos em três classes principais: flavonoides (flavonas, isoflavonas), coumestans (coumestrol), e lignanas (enterodiol, enterolactona).

Para Pereira (2013), as isoflavonas é um alimento funcional, apresentando ótima alternativa, voltada a prevenção, além de ajudar no tratamento de doenças hormonais dependentes. Benevides (2014) complementa aspectos a respeito da isoflavonas, as quais pertencem a classe dos fitoestrógenos, sendo compostos químicos fenólicos que constituem o principal tipo de polifenol presente na soja e em outras leguminosas.

Segundo Oliveira (2010), os tipos de isoflavonas encontradas na soja são do tipo aglicona, como a genisteína, a daidzeína e a gliciteína e na forma de glicosídeos como as daidzeína, genisteína e glicitina. Para tanto, encontram-se presentes nos alimentos. Deste modo após a ingestão elas são metabolizadas no trato gastrointestinal. Segundo Lazary et al. (2010), daidzeína, genisteína e gliciteína, são fitoesteróides encontrados nas isoflavonas apresentando formas de combinados glicosídeos. Do total de isoflavonas, dois terços apresentam genisteína, o restante apresenta daidzeína e menores quantidades de gliciteína. A daidzeína tem ação de glicosidades bacterianas.

Além de apresentar efeito hormonal, segundo, Dias e Santos (2011), as isoflavonas apresentam efeito antioxidante, agindo na prevenção de sintomas ocasionados pelo déficit de hormônio estrógeno na menopausa, como hipercolesterolemia e diminuição da massa óssea.

Através do uso das isoflavonas segundo Padilha e Pinheiro (2014) são inibidas a produção do oxigênio reativo, pelo fato de ser antioxidante, carecido à presença de hidroxilas em sua estrutura química.

Silva et al (2009) diz que apesar de estudos apontarem resultados convincentes sobre o potencial dos fitoesteróides, porém o uso de dietas que contenham essas substâncias ainda está em fase precoce de estudos, ou seja, estudos publicados sobre o assunto são escassos.

3.2 Utilização das isoflavonas

Segundo Pereira et al. (2014), baseado em estudos epidemiológicos, os fitoestrógenos foi considerado uma terapias alternativa, o qual tem como objetivo reduzir os sintomas vasomotores durante a fase de climatério. Para Silva, Prata e Rezende (2013), deve-se devido à semelhança da composição química das isoflavonas com o hormônio estrógeno, diminuindo a incidência de efeitos colaterais.

Para Dias a Santos (2011), a isoflavona pode ser uma escolha terapêutica no período da vida da mulher durante a menopausa, sendo encontrada na soja e em vários outros tipos de frutas, vegetais, grãos, alimentos e legumes. O consumo diário de 45 a 100 mg de isoflavona, que equivale a 60-100 g de soja, pode ser suficiente para se obter benefícios, em especial abolir os sintomas vasomotores.

Conforme relatado por Sanches et al. (2010), as isoflavonas trazem benefícios à mulheres na menopausa, existindo assim uma grande aceitabilidade por parte das mesma, passando a ser uma escolha terapêutica de reposição hormonal. As isoflavonas presentes em 30g/dia de proteína isolada de soja são benéficas para sejam amenizados os sintomas climatéricos, especialmente em relação à veemência destes, que posteriormente ao tratamento resulta-se na transição entre sintomas suavizados para leves em um contexto geral, induzindo uma melhor qualidade de vida.

É importante que as mulheres que encontra-se no período da menopausa procurem por alimentos que tenham um ou mais nutrientes acrescentados com efeitos favoráveis para a saúde, contendo componentes com atividade biológica e fisiológica, além dos nutrientes (LAZARY, 2010).

Segundo Kinouchi (2016) consumir soja e alimentos derivados ajuda a diminuir em até 50% as chances de câncer de mama, próstata e doenças do coração. Sendo a isoflavona presente na soja o componente que apresenta maior atividade fisiológica.

Para Carvalho (2014), o consumo das isoflavonas, trazem muitos benefícios a saúde da mulher, pois previne contra doenças metabólicas, menopausa precoce. Portanto, seu consumo é importante pelo fato das isoflavonas derivar da soja, contendo elevada quantidade de proteínas, fibras e fitoesteroides.

A isoflavona, é um composto presente nos alimentos funcionais, para tanto, segundo Silveira (2017), apresentam substâncias biologicamente ativas, estimulando os processos metabólicos ou fisiológicos, diminuindo assim, o risco de doenças e a manutenção da saúde. Deste modo, devem fazer parte da alimentação diária dos indivíduos, de maneira especial às mulheres, pois seus componentes ativos são mantidos de maneira constante no organismo.

No estudo de Baena (2015), mostra que isoflavona apresenta propriedade anti-inflamatória e antioxidante. Para tanto, é importante o consumo de diversos compostos antioxidantes de fontes vegetais de variadas cores e tonalidades. Para este autor, até um terço das doenças podem ser evitadas através de uma adequada intervenção alimentar.

3.3 Medicamentos à base de isoflavonas

Outra alternativa para o consumo de isoflavonas é a utilização de alguns medicamentos que fazem uso destes princípios ativos. Segundo a Aché Laboratórios Farmacêuticos S.A. (2017), as isoflavonas também podem ser encontradas em alguns medicamentos, como o Soyfemme, um fitoterápico, à base de isoflavonas da soja aprovado pela ANVISA. Este medicamento, é usado para o alívio dos sintomas vivenciados pelas mulheres no período de climatério. Apresenta extratos vegetais unificados; são apontados em estudos clínicos, para a comprovação de sua segurança e eficácia. Passa por um controle de qualidade e produção. Além disso, este medicamento, apresenta em sua composição duas principais isoflavonas da soja, sendo a genisteína e daidzeína.

Outro medicamento é o Buona, fitoterápico, derivado da soja, tendo as isoflavonas como componentes ativos, voltado ao tratamento do climatério, coadjuvante no controle da hipercolesterolemia. Através da ingestão deste medicamento, ocorre melhora o bem-estar da mulher e qualidade de vida, ele é contraindicado em caso de hipersensibilidade experimentada a soja e/ou demais componentes da formulação (MEDICINANET, 2014).

Climadil (Trifolium Pratense L.), é outro fitomedicamento voltado ao alívio dos sintomas da menopausa. Atua como suplementação alternativa ou complementar à terapia hormonal da menopausa (MEDICINANET, 2014). O *Soynati Climater Plus*, é um suplemento alimentar rico em isoflavonas de soja e em ácidos gordos polinsaturados, específico para mulheres em período da menopausa.

Baseado no exposto, é visto que existem vários tratamentos alternativos à reposição hormonal com base em isoflavonas, incluindo a inserção de produtos ricos neste composto na alimentação, que desenvolvem diminuição de efeitos do climatério e outro benefícios como venoproteção, sem os prejuízos causados por alguns efeitos colaterais da reposição hormonal convencional (OLIVEIRA, 2010).

Perin e Zanardo (2013), apontaram a importância das mulheres mudarem seu estilo de vida e hábitos de alimentação, passando a realizar uma dieta através do consumo de alimentos funcionais como as isoflavonas e medicamentos que contém as isoflavonas. Através da modificação dietética podem não apenas influenciar o estado de saúde atual.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante ao estudo apresentado e artigos apresentados, percebe que todos, foram realizados por meio de revisão de literatura, onde a revisão de literatura trouxe que ainda é escassa a publicação de artigos com estudos de casos concretos. Mesmo assim, comprovou-se que a isoflavonas foi benéfica para mulheres no período da menopausa, além de ajudar na prevenção de algumas doenças, como exemplo o câncer de mama, doenças metabólicas, trombose, entre outros. Para tanto, é uma ótima alternativa para reposição hormonal, pelo fato de ser de baixo custo, poucos efeitos colaterais, contém em sua composição a soja, melhorando assim o bem-estar da mulher e sua qualidade de vida.

Portanto, seu consumo é importante pelo fato das isoflavonas derivar da soja, contendo elevada quantidade de proteínas, fibras e fitoesteroides. Assim sendo, o uso de isoflavona é considerada uma terapêutica eficaz para o alívio dos sintomas climatéricos, apresentando-se uma alternativa para mulheres nesta fase.

Além disso, as isoflavonas apresentam efeito antioxidante, agindo na prevenção de sintomas ocasionados pelo déficit de hormônio estrógeno na menopausa, como hipercolesterolemia.

Este estudo não esgota-se por aqui, merecendo novas e futuras pesquisas sobre os benefícios da isoflavonas de soja na menopausa, em que as mulheres nesta fase passarão a controlar melhor o seu estado hormonal, além de prevenir algumas doenças.

REFERÊNCIAS

ACHÉ. Aché Laboratórios Farmacêuticos S.A. **Soyfemme confirma alívio aos sintomas do climatério.** 2017. Disponível em: <<http://www.ache.com.br/imprensa/noticias/soyfemme-confirma-alivio-aos-sintomas-do-climaterio/>>. Acesso em: 10 ago. 2018.

BAENA R. C., Muito além dos nutrientes: o papel dos fitoquímicos nos alimentos integrais. **Diagn Tratamento.** v. 20, n. 1, p. 17-21, 2015. Disponível em: <<http://files.bvs.br/upload/S/1413-9979/2015/v20n1/a4600.pdf>>. Acesso em: 20 jul. 2018.

BENEVIDES, R. D. L., et al. Isoflavona na mesa: benefício para a saúde da mulher. **Anais do Encontro de Ensino, Pesquisa e Extensão.** V. 8, n. 8. Recife: Faculdade Senac PE, 2014.

BOLZAN, M.S.; LIBERALI, R.; COUTINHO, V.F. Efeitos das isoflavonas no perfil lipídico de mulheres na menopausa: uma revisão sistemática. **Ensaios e Ciência: Ciências Agrárias, Biológicas e da Saúde.** v. 15, n. 6, p. 181-19, 2011. Disponível em: <<http://www.redalyc.org/pdf/260/26024221013.pdf>>. Acesso em: 10 ago. 2018.

CARVALHO, H.V.M. As Evidências dos Benefícios do Consumo das Isoflavonas da Soja na Saúde da Mulher: Revisão de Literatura. **Unopar Cient Ciênc Biol Saúde,** v. 16, n. 4, p. 353-9, 2014. Disponível em: <<http://pgsskroton.com.br/seer/index.php/JHealthSci/article/viewFile/397/373>>. Acesso em: 20 jul. 2018.

DIAS, B. S.; SANTOS, F. P. Isoflavona: benefícios para mulheres no período da menopausa. **1º Simpósio Nacional Iniciação Científica do Centro Universitário Filadélfia – UniFil.** Londrina, v. 1, n. 1, p. 1–3, 2011. Disponível em: <<http://www.unifil.br/portal/images/pdf/documentos/livros/praticas-em-iniciacao-cientifica.pdf>>. Acesso em: 20 jul. 2018.

FERNANDES, C.E; BARACAT, E.C; LIMA, G.R. **Manual de orientações.** São Paulo: Ponto, 2014.

FERNANDES, C.E. **Menopausa: Diagnóstico e tratamento.** São Paulo: Segmento, 2013.

KINOUCI, Fernanda Lopes. **logurte de soja como coadjuvante no tratamento do câncer de mama.** Araraquara, SP, 2016.

LAZARY, V. M. D. **Efeitos do consumo da isoflavona na prevenção do câncer de mama.** Universidade de Brasília, 2010. Disponível em: <http://bdm.unb.br/bitstream/10483/1324/1/2010_VivianeMoreiraDiasLazary.pdf>. Acesso em: 20 jul. 2018.

MATA, A.C.G., et al. Alimentos funcionais: Controle e Prevenção do Câncer de Mama. **Revista Conexão Eletrônica**, Três Lagoas, MS, v. 14, n. 1, 2017.

MEDICINANET. Bula de medicamentos. **Buona**. 2014. Disponível em: <<http://www.medicinanet.com.br/bula/1052/buona.htm>>. Acesso em: 10 ago. 2018.

PAULO, Michele. **Efeitos da isoflavonas de soja (Glycine Max) na síntese de fatores vasoativos derivados de células endoteliais humanas na linhagem ECV304.** Universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, 2008.

PEREIRA, P.; SOUZA, W. A.; SIQUEIRA, V. M. S.; FERREIRA, B. C.; BATISTA, E. F. Influência da isoflavona na qualidade de vida de mulheres no climatério. **Revista da Universidade Vale do Rio Verde**. Três Corações, v. 12, n. 2, p. 648-658, 2014. Disponível em: <<http://periodicos.unincor.br/index.php/revistaunincor/article/view/1473>>. Acesso em: 18 ago. 2018.

PEREIRA, P.G. Proteína da soja: Os efeitos do seu consumo sobre os diferentes grupos populacionais. **Faculdade de Ciências da Educação e Saúde**, Curso de Nutrição. Brasília, 2013. Disponível em: <http://www.uricer.edu.br/site/pdfs/perspectiva/137_329.pdf>. Acesso em: 18 ago. 2018.

PERIN, L. ZANARDO, V. P. S. Alimentos funcionais: uma possível proteção para o desenvolvimento do cancer. **Perspectiva, Erechim**. v.37, n.137, p.93-101, março/2013. Disponível em: <http://www.uricer.edu.br/site/pdfs/perspectiva/137_329.pdf>. Acesso em: 10 ago. 2018.

SANCHES, T. R.; GOMES, A. B.; LOPES, V. A.; COSTA, L. R. L. G.; MOSCA, L. N. Avaliação dos sintomas climatéricos na mulher em menopausa e pós-menopausa em uso de proteína isolada de soja. **Journal of the Health Sciences Institute**, v. 28, n. 2, p. 169-173, 2010. Disponível em: <https://www.unip.br/presencial/comunicacao/publicacoes/ics/edicoes/2010/02_abr-jun/V28_n2_2010_p169-174.pdf>. Acesso em: 10 ago. 2018.

SILVA, H. C. S. S.; PRATA, J. N.; REZENDE, L. M. S. Efeitos das isoflavonas de soja sobre os sintomas climatéricos. **UNOPAR Científica Ciências Biológicas e da Saúde**, Cuiabá, v. 15, n. 3, p. 239-344, 2013. Disponível em: <<http://www.pgsskroton.com.br/seer/index.php/JHealthSci/article/view/687/656>>. Acesso em: 10 ago. 2018.

SILVEIRA, D. M. et al. Isoflavona de soja como alternativa de reposição hormonal na menopausa. **Seminário Pesquisar**, 2017. Disponível em:

<http://www.faculdadealfredonasser.edu.br/files/Pesquisar_5/21-11-2016-21.45.22.pdf>. Acesso em: 20 jul. 2018.

VALENÇA, C.N. et al. Mulher no Climatério: reflexões sobre desejo sexual, beleza e feminilidade. **Saúde Social**. São Paulo, v.19, n.2, p.273-285, 2010. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/sausoc/v19n2/05.pdf> > Acesso em: 01. ago. 2018.